

ANEXO 5B

**TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO EN PERSONAS CON INSUFICIENCIA CARDIACA.
MEDIDAS PARA MEJORAR SU CUMPLIMIENTO.****¿Por qué son necesarios los medicamentos?**

El tratamiento de la insuficiencia cardiaca puede requerir de varios medicamentos que actúan de distinta manera y se complementan para que, se puedan controlar los síntomas y usted se encuentre bien, mejoren su calidad de vida y aumenten su supervivencia.

Realizar el tratamiento según le han indicado:

- Le permitirá respirar mejor y tendrá más capacidad para hacer ejercicio.
- Se le hincharán menos los pies y los tobillos.
- Le ayudará a evitar que tenga que ir a urgencias y/o quedarse ingresado en el hospital por un empeoramiento.

Los medicamentos y las dosis que toma de cada uno de ellos pueden ir cambiando según evolucione su enfermedad. Colabore con su médico para encontrar las mejores combinaciones y dosis para usted.

Su tratamiento es crónico, no lo deje, aunque se encuentre bien.

Ningún fármaco es inocuo, es decir, todos pueden provocarle, además de los efectos deseados, algún efecto no deseado. Si nota algún cambio negativo en su estado de salud tras iniciar el uso de algún fármaco, informe al profesional sanitario que le atiende. Lea atentamente el prospecto de los fármacos para conocer los efectos adversos y si tiene alguna duda consulte con sus profesionales sanitarios.

NO debe suspender la medicación por su cuenta.

Comunique a su médico todos los productos de herbolario que está tomando. Estos productos pueden interactuar con sus medicamentos y disminuir o potenciar su efecto.

En relación al tratamiento farmacológico es muy probable que usted tenga que tomar varios medicamentos en función del tipo de insuficiencia cardiaca que tenga y de cómo evolucione su enfermedad, tales como:

- Inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina (IECA) o Antagonistas de los receptores de la angiotensina (ARA- II) o Inhibidor de la neprilisina / antagonista de los receptores de angiotensina II
- Betabloqueantes

- Antagonistas del receptor de aldosterona
- Diuréticos
- Inhibidores del cotransportador de sodio-glucosa 2 (iSGLT2, por sus siglas en inglés).
- Otros medicamentos en casos específicos: Digoxina, Ivabradina, Hidralazina y Nitratos.

La mayoría de sus medicaciones precisan un control en consulta y la realización de analíticas periódicas para controlar que todo vaya bien.

A continuación, le ofrecemos información sobre cada uno de ellas. Debe de tener en cuenta que esta información no sustituye a la que aparece en el prospecto del medicamento.

➤ **Inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina (IECA)**

Nombre: Captopril, Enalapril, Ramipril, Lisinopril, Trandolapril, Perindopril, Fosinopril, Quinapril, Benazepril

Efecto. Bloquean la acción de una hormona, denominada angiotensina II, cuyos efectos son perjudiciales en pacientes con insuficiencia cardiaca. Como consecuencia de este bloqueo los vasos sanguíneos se relajan, por lo que disminuyen la presión arterial y el trabajo que realiza el corazón.

Mejoran la supervivencia y disminuyen la posibilidad de que usted reingrese en el hospital.

El tratamiento se empieza a dosis bajas y se va aumentando poco a poco hasta conseguir la dosis adecuada, según usted lo tolere.

Posibles efectos secundarios:

Mareos, cansancio y tos seca.

Raramente hinchazón de labios, lengua, o garganta (en este caso, acuda de forma inmediata al médico).

Aumento de los niveles de Potasio.

➤ **Antagonistas de los receptores de la angiotensina (ARA-II)**

Nombre: Losartán, Valsartán, Candesartán

Efecto. Efectos muy parecidos a los IECA. Son alternativa a los IECA cuando estos producen tos seca.

➤ **Inhibidor de la neprilisina / antagonista de los receptores de angiotensina II**

Nombre: Sacubitrilo/Valsartán

Efecto. Son dos fármacos en un solo comprimido que actúan de diferente forma. Sacubitrilo impide que se degraden unas sustancias que hay en el organismo llamadas péptidos natriuréticos, que disminuyen el trabajo que tiene que realizar el corazón. Se asocia a Valsartán que es una ARA II.

Mejoran la supervivencia y reducen la posibilidad de que usted ingrese en el hospital por empeoramiento de su enfermedad.

Su médico ajustará la dosis dependiendo de cómo responda al tratamiento, hasta encontrarle la mejor dosis.

Posibles efectos secundarios: mareos y cansancio, aumento de los niveles de potasio. Raramente hinchazón de labios, lengua o garganta (en este caso acuda de forma inmediata al médico).

Precauciones: si ha estado tomando IECA, debe esperar 36 horas después de haber tomado la última dosis antes de empezar a tomar Sacubitrilo/Valsartán.

No debe tomar a la vez Sacubitrilo/Valsartán y un IECA.



Betabloqueantes

Nombre: Bisoprolol, Carvedilol, Metoprolol, Nebivolol.

Efecto. En el organismo existen sustancias que hacen que el corazón trabaje más rápido y suba la tensión arterial. Estos medicamentos bloquean estas sustancias y disminuyen el pulso (la frecuencia cardíaca) y el riesgo de arritmias.

Reducen los síntomas de insuficiencia cardíaca, mejoran el funcionamiento del corazón y pueden mejorar la supervivencia.

El tratamiento se inicia con dosis bajas y se va aumentando poco a poco hasta conseguir la dosis que le sea beneficiosa y usted tolere.

Posibles efectos secundarios. En ocasiones al inicio del tratamiento o cuando se sube la dosis puede producir mareos y cansancio, retención de líquidos, dificultad para respirar, Estos efectos se pasan en unos días. Si pasado ese tiempo continúa muy fatigado, contacte con su profesional sanitario.

Ocasionalmente también pueden provocar que las manos y los pies estén fríos y disfunción eréctil (impotencia).

Si tiene tendencia a una tensión baja, consulte si es posible tomar el betabloqueante y el IECA en momentos diferentes del día.



Diuréticos

Nombre: Furosemida, Torasemida, Hidroclorotiazida, Clortalidona, Indapamida, Xipamida.
Efecto. Ayudan a eliminar el exceso de líquido haciendo que los riñones produzcan más orina. Esto facilita el trabajo del corazón y, si lo toma, respirará mejor, se le deshincharán los pies y su peso se ajustará. El mayor efecto se produce en las 2-3 horas después de tomarlo, por lo que, si no hay ningún inconveniente, es preferible tomarlos por la mañana o mediodía porque hacerlo por la noche puede suponer que deba levantarse para ir al baño.
Posibles efectos secundarios: calambres en las piernas (por posible disminución del potasio en sangre), mareos y debilidad.



Antagonistas del receptor de la aldosterona

Nombre: Espironolactona, Eplerenona
Efecto. Bloquean los efectos de una hormona (aldosterona) que puede producir efectos dañinos en el corazón. Mejoran la supervivencia y reducen la posibilidad de que usted ingrese en el hospital por empeoramiento de su enfermedad.
Posibles efectos secundarios: mareo, cansancio, aumento de los niveles de potasio en sangre. En un pequeño porcentaje de hombres, la espironolactona puede causar aumento del tamaño de las mamas, a veces acompañado de dolor. Este efecto es menos frecuente con eplerenona.

➤ **Inhibidores del cotransportador de sodio - glucosa tipo 2 (iSGLT2)**

Nombre: dapagliflozina, empagliflozina

Efecto. Son una nueva clase de fármacos inicialmente desarrollada para tratar la diabetes. Sin embargo, se ha visto que además ayudan a algunas personas con insuficiencia cardiaca, diabéticas o no, a reducir la posibilidad de que ingresen en el hospital por empeoramiento de su enfermedad y en algunos casos más avanzados, mejoran la supervivencia.

Posibles efectos secundarios: sed poco habitual (deshidratación), nivel bajo de glucosa en sangre, mareos, infecciones del tracto urinario (sensación de quemazón al orinar, orina de aspecto turbio) e infecciones genitales por hongos (picor, secreción blanquecina), por lo que se debería mantenerse una higiene genital adecuada que contribuya a evitar su aparición.

Precauciones: No debe de tomar estos fármacos si usted es diabético tipo 1

Si usted es diabético, vigile e informe a sus profesionales sanitarios si aparecen los síntomas de cetoacidosis: náuseas, vómitos, dolor en el área del estómago, somnolencia o cansancio poco habituales, respiración rápida y profunda.

Se deben evitar los siguientes fármacos:

- Antiinflamatorios (como, por ejemplo: ibuprofeno, naproxeno, diclofenaco, etoricoxib, celecoxib, etc.) y corticoides (como, por ejemplo: prednisona, metilprednisolona, dexametasona, etc.) porque favorecen la retención de líquidos.
- Medicamentos efervescentes; favorecen la retención de líquidos por su alto contenido en sodio. Puede tomar los mismos medicamentos en cápsulas o comprimidos no efervescentes.
- Medicamentos de venta sin receta, vitaminas, remedios naturales y preparados de herboristería, sin la indicación expresa del profesional sanitario.

¿Cómo guardo los medicamentos en casa?

Guárdelos alejados del calor y de la humedad, pues podrían deteriorarse y NO harían el efecto esperado (por lo tanto, no deberían guardarse ni en la cocina ni en el baño/ aseo).

¡Compruebe periódicamente la fecha de caducidad!, ¡NO los tome caducados!

¿Cómo actuar ante la prescripción de un nuevo medicamento?

En el siguiente cuadro se detallan una serie de recomendaciones a seguir:

Antes de abandonar la consulta con un nuevo medicamento **ASEGÚRESE DE CONOCER:**

- **CÓMO SE LLAMA** el medicamento y **PARA QUÉ** sirve.
- **CUÁNTAS VECES AL DÍA** tengo que tomar el medicamento y durante **CUÁNTO TIEMPO**.
- Cómo debo tomarlo en relación a los **ALIMENTOS**.
- Si es un medicamento que necesita preparación, **CÓMO** tengo que hacerlo.
- Cuáles son los posibles **EFFECTOS SECUNDARIOS** y qué debo hacer si se presentan.
- Qué debo hacer si se **OLVIDA UNA DOSIS**.

Solicite la **HOJA DE MEDICACIÓN** con los nuevos medicamentos:

- **AÑADA** a esta lista cualquier otro medicamento o producto de herbolario que esté tomando.
- Si le han añadido, quitado o modificado algún medicamento **INFORME A SU MÉDICO DE FAMILIA** para que valore si es necesario ajustar el resto de los medicamentos que usted tiene prescritos.
- No olvide **LLEVAR** la hoja de medicación cada vez que acude al centro de salud o al hospital, cuando se traslade de domicilio o salga de vacaciones.

También es muy **IMPORTANTE** que:

- Informe a su médico si tiene **ALERGIA** a algún medicamento o alimento o si cree que puede estar **EMBARAZADA**.
- Siga las **INDICACIONES** para la administración del medicamento. No decida por su cuenta tomar el medicamento de forma distinta ni lo interrumpa sin consultarlo previamente.
- Antes de tomar un medicamento, **COMPRUEBE** que es el correcto.
- **EVITE** tomar medicamentos por su cuenta.
- **NO PARTA, TRITURE O ABRA** ningún comprimido o cápsula. **Lea** el prospecto antes de tomar el medicamento y, si tienen alguna duda **CONSULTE** a un profesional sanitario.
- **ORGANICE** sus medicamentos en casa. **GUÁRDELOS** en su envase original y **SEPÁRELOS** de los que pueda estar tomando otro miembro de la familia.
- **REVISE** las caducidades periódicamente y entregue los medicamentos caducados en su farmacia.
- Mantenga sus medicamentos fuera del alcance de las personas menores de edad.

Medidas para mejorar el cumplimiento del tratamiento farmacológico:

Ante todo: TOME SU TRATAMIENTO TAL Y COMO SE LO HAN PRESCRITO

¿Qué puede hacer para no olvidar tomar la medicación?

- Lo mejor es tomar la medicación a la misma hora todos los días, a la vez que se realiza una actividad de la vida diaria, ej. al levantarse, con el desayuno, después de lavarse los dientes...de manera que se transforme en una rutina diaria.
- Los medicamentos pueden llamarse de distinta manera y contener la misma sustancia (principio activo), por lo tanto, es muy importante que usted los conozca e identifique y tome su tratamiento de forma adecuada.
- Para identificar adecuadamente los medicamentos y evitar confusiones **puede poner etiquetas identificativas o rotular manualmente los envases**, apuntando la posología (dosis y horario de la toma) así como la indicación de dicho medicamento.
- Podría ayudarle colgar un cartel o gráfico en un lugar visible de la pared o en la nevera con los nombres de los medicamentos, la dosis y el momento del día en que tiene que tomárselos.
- Para evitar olvidos en la toma diaria de la medicación puede utilizar los *Sistemas Dispensación Personalizada Reutilizables* (**pastilleros** diarios o más recomendables, los semanales).



Estos, facilitan no sólo que tome los medicamentos a la hora adecuada, sino que además identifican olvidos que se pueden solventar. También evitan los riesgos de omitir o duplicar la toma de los mismos.



En estos pastilleros irá sólo la medicación de cada día.

El resto de medicación debe quedar siempre en sus envases originales.

- En casos muy concretos puede ser necesaria la preparación en las oficinas de farmacia de *sistemas de dispensación de un solo uso (BLISTER)*.



- Siempre lleve y tenga localizada la hoja de medicación con los medicamentos que esté tomando en ese momento. Si no dispone de ella, pídasela al médico/ enfermera de su centro de salud. Cuando acuda a cualquier cita médica lleve con usted la hoja de medicación actualizada.
- En algunos casos es aconsejable poner una alarma en el reloj o en el móvil para que le recuerde cuando debe tomar los medicamentos, sobre todos los que son a una hora concreta.
- Pida a las personas que viven con usted que le ayuden a recordar que tiene que tomar la medicación. Informe a sus familiares y amigos sobre su plan de medicación para que se lo puedan recordar. Si tiene alguna duda pregunte a los profesionales sanitarios del centro de salud.

¿Puedo dejar algún día de tomar la medicación?

- Es muy importante que tome a diario la medicación. Si no lo hace, los síntomas no mejorarían y podrían aparecer nuevos síntomas indicativos de agravamiento de su enfermedad.
- Renueve sus recetas antes de tiempo para no quedarse sin medicación y así no tener que suspender su tratamiento, lo que podría ocasionar la aparición de síntomas de empeoramiento.
- Cuando se marche de vacaciones, lleve cantidad suficiente de medicación y siempre métala en el equipaje de mano.

No olvide ninguna dosis, pero si le ocurre, no doble la dosis en la siguiente toma.

RECUERDE ESTOS 5 MOMENTOS CLAVE PARA UNA UTILIZACIÓN SEGURA DE LOS MEDICAMENTOS

5 Momentos Clave para la utilización segura de los medicamentos

**Antes de
COMENZAR
a tomar un medicamento**

- 1 ▶ ¿Cómo se llama y para qué sirve?
- ▶ Además de este medicamento, ¿hay otras formas de tratar mi enfermedad?
- ▶ ¿Cuáles son sus posibles efectos secundarios y qué tengo que hacer si los observo?
- ▶ ¿He informado al profesional sanitario sobre mis alergias, otras enfermedades y otros medicamentos o productos que estoy tomando?
- ▶ ¿Cómo debo almacenar este medicamento?

**Cuando TOMO
el medicamento**

- 2 ▶ ¿Cuándo y cómo debo tomar este medicamento y qué dosis debo tomar cada vez?
- ▶ ¿Debo tomarlo en ayunas o con las comidas?
- ▶ ¿Cómo puedo organizar bien las tomas?
- ▶ ¿Qué debo hacer si me olvido de tomar una dosis?
- ▶ ¿Cómo debo controlar que no se me termine la medicación?

**Al AÑADIR
otro medicamento**

- 3 ▶ ¿He entendido la necesidad de tomar otro medicamento más?
- ▶ ¿He informado al profesional sanitario de todos los medicamentos con o sin receta que estoy tomando?
- ▶ ¿Este nuevo medicamento afecta o interfiere con el resto de mi tratamiento?
- ▶ ¿Qué debo hacer si surge alguna complicación?
- ▶ ¿Cómo organizo las tomas de este nuevo medicamento con las del resto?

**Cuando REVISAN
mi medicación**

- 4 ▶ ¿Mantengo una lista actualizada con todos los medicamentos y productos que tomo?
- ▶ ¿Hasta cuándo debo tomar cada medicamento?
- ▶ ¿Estoy tomando algún medicamento que ya no necesito?
- ▶ ¿He comunicado al profesional sanitario los efectos secundarios que he notado para que me ayude a manejarlos?
- ▶ ¿Cuándo debo volver a consulta para que revisen mi medicación?

**Antes de
FINALIZAR
la toma de un
medicamento**

- 5 ▶ ¿Cuándo debo dejar de tomar cada medicamento?
- ▶ ¿Puedo dejar de tomar alguno de mis medicamentos de repente?
- ▶ ¿Qué debo hacer si me quedo sin medicación, pero no he terminado mi tratamiento?
- ▶ Si tengo que suspender mi medicación por un efecto secundario, ¿dónde y a quién debo informar?
- ▶ ¿Qué debo hacer con los medicamentos que me hayan sobrado o que estén caducados?

Los 5 momentos clave para la utilización segura de los medicamentos muestran las preguntas que deben hacerse los pacientes, familiares o cuidadores, junto con sus profesionales sanitarios, para conocer y utilizar adecuadamente los medicamentos que toman. Esta herramienta ha sido diseñada por la Organización Mundial de la Salud, en el marco del tercer reto mundial para la seguridad del paciente: "Medicación sin daños".



Adaptado de 5 Moments for Medication Safety. <https://www.who.int/initiatives/medication-without-harm>. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2015. Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. La OMS no se hace responsable del contenido ni de la exactitud de la adaptación. En caso de discrepancia, la auténtica y vinculante será la versión original en inglés. La adaptación se encuentra disponible en virtud de la licencia CC BY-NC-SA 3.0.